

BAB I

PENDAHULUAN

A. LATAR BELAKANG MASALAH

Kehamilan dan proses persalinan pada ibu primipara membutuhkan adaptasi fisik dan psikologis yang besar bagi seorang wanita. Selain itu, perkembangan bayi dalam kandungan mulai dari embrio hingga menjadi janin juga memiliki pengaruh pada kesehatan mental dan fisik ibu sepanjang siklus kehidupan mereka.¹

Periode kehamilan dan melahirkan ini merupakan periode kehidupan yang rentan terhadap potensi stres. Selama waktu reproduksi, wanita rentan mengalami depresi dan gangguan kecemasan. Setiap tahun, hampir satu setengah juta bayi lahir dari ibu yang depresi. Sekitar 18,4% ibu menderita depresi antepartum dan kurang lebih 19,2% mengalami depresi postpartum. Depresi postpartum ini merupakan faktor risiko terjadinya bunuh diri pada ibu, yang telah menyumbang hingga 20% dari kematian postpartum.²

Ibu postpartum harus mempunyai kemampuan dalam mengasuh bayi, mulai dari mengenali isyarat dan perilaku bayi, melibatkan sensitivitas ibu agar dapat memberikan respon yang tepat. Pada periode postpartum, seorang ibu perlu mempelajari dan memahami pola unik dari bayi ketika menangis, tidur, makan dan perilaku lainnya. Jika seorang ibu tidak mampu untuk menenangkan bayinya yang sedang menangis kemudian merasa tidak percaya

diri dalam memberikan perawatan, wanita akan menganggap dirinya gagal menjadi ibu. Hal ini akan memicu terjadinya stres postpartum.³

Depresi pada ibu postpartum primipara juga ditemukan 10% - 20% dari jumlah ibu postpartum dan beberapa populasi yang mempunyai resiko tinggi dapat mencapai 40% - 50%. Depresi juga memiliki pengaruh tidak baik bagi ibu dan bayinya dan hal ini harus segera diidentifikasi serta diobati.³

Sekitar 30% – 80% wanita mengalami kesedihan setelah melahirkan, 20% mengalami depresi pasca melahirkan. Adapun kemurungan yang dimaksudkan adalah berupa kesedihan, menangis, sangat lelah, mudah tersinggung, dan sulit konsentrasi.⁴

Menurut Evaryany yang menyatakan bahwa tingginya kejadian stres ibu setelah melakukan persalinan pada umumnya terjadi terhadap ibu dengan persalinan spontan, karena persalinan ini tidak direncanakan sama sekali, sehingga kesiapan ibu baik secara fisik maupun psikologis belum siap, sehingga berdampak terhadap stabilitas emosi atau perasaan dan kecemasan yang pada akhirnya menjadi pencetus terjadinya stres.⁵

Di Indonesia, dari beberapa penelitian yang telah dilakukan di Jakarta, Yogyakarta dan Surabaya, ditemukan bahwa angka kejadian stres pada ibu postpartum adalah 11 – 30%. Suatu jumlah yang tidak sedikit, terlebih bila mengingat berbagai dampak negatif yang menyertainya. Tingkat stress ibu yang tinggi selama periode *postpartum* memiliki pengaruh kuat pada adaptasi berikutnya bagi ibu yang dapat berkembang menjadi depresi postpartum dan

mempengaruhi kondisi psikologis dan perilaku anak. Jika stres pada ibu postpartum tidak ditangani dengan baik, maka dampak negatif pada ibu akan terjadi seperti air susu tidak lancar, hubungan ibu pada bayi dan keluarga kurang, serta depresi baby blues.⁶

Pada masa postpartum juga beresiko terjadi inflamasi karena tingkat peradangan secara alami meningkat dimulai pada trimester terakhir kehamilan dan perubahan ini akan terus berlanjut terutama pada wanita yang stres karena di masa postpartum mengakibatkan tubuh gagal mencegah respon inflamasi.⁷

Wanita yang mengalami depresi, memiliki kadar tingkat IL-6 dan TNF- α lebih tinggi dalam menanggapi stressor akut daripada wanita yang tidak depresi. Mereka juga kurang sensitif terhadap glukokortikoid yang biasanya mampu mengatasi sistem respon inflamasi, hal ini yang mengidentifikasi bahwa inflamasi juga sebagai faktor yang berperan dalam depresi dan sistem respon inflamasi yang dipicu oleh stres fisik serta psikologis.⁷

Proses inflamasi dan neurodegeneratif juga berperan penting dalam depresi. Peningkatan kadar proinflamasi sitokin dalam situasi stres, menunjukkan bahwa stres psikologis meningkatkan sitokin, seperti IL-1 β dan IL-6 dalam darah dan di berbagai daerah otak.⁸ Berbagai permasalahan pada ibu postpartum yang berkaitan dengan stres psikis harus segera diatasi agar stres tidak meningkat dan menimbulkan peradangan pada sel-sel di sistem kekebalan tubuh ibu sehingga meningkatkan sitokin seperti IL-6.

Berbagai program kini telah dirancang pemerintah untuk meningkatkan derajat kesehatan ibu, yaitu program pelayanan kesehatan tradisional. Cara ini harus dapat dibuktikan secara ilmiah sebelum dilakukan di masyarakat, sehingga menjadi pengobatan tradisional yang aman, bermanfaat serta dapat diterapkan di fasilitas kesehatan sebagai pengobatan alternatif dan komplementer.⁹ Pendekatan non-farmakologis, yang diklasifikasikan dalam kategori terapi komplementer juga lebih aman daripada pendekatan dengan farmakologis yang memiliki lebih sedikit efek samping, salah satu cara yang sudah dikenal masyarakat adalah dengan terapi pijat. Terapi pijat merupakan salah satu yang paling efektif dan banyak digunakan sebagai terapi alternatif.

Pemberian pijatan lembut efektif untuk menurunkan tingkat stres dan menjaga kadar kortisol. Pijatan juga mampu mengurangi kondisi stres seseorang dengan meningkatkan dopamin dan serotonin, hormon tersebut akan dilepaskan ketika seseorang bersosialisasi dengan sahabatnya atau sedang melakukan aktifitas yang menyenangkan.¹⁰ Melakukan pijat dengan penggunaan aromaterapi juga efektif membantu dalam mengurangi stres seseorang.

Beberapa cara penggunaan aromaterapi lainnya adalah dengan melalui inhalasi atau penggunaan topikal dimulai dari stimulasi olfactory yang menyebabkan perubahan fisiologis langsung pada tekanan darah, ketegangan otot, ukuran pupil, suhu kulit, aliran darah kulit, aktivitas electrodermal,

denyut jantung, pola gelombang otak, dan gairah tidur. Bau aromaterapi yang dihirup mengaktifkan pelepasan neurotransmitter seperti serotonin, endorfin, dan norepinefrin dalam sumbu hipofisis hipotalamus dan memodulasi neuroreceptors dalam sistem kekebalan tubuh, mengubah suasana hati, mengurangi kecemasan, dan memperbaiki respon stres.¹¹

Minyak melati merupakan salah satu jenis dari berbagai aromaterapi, minyak ini memiliki efek stimulasi fungsi sistem saraf, dengan menghirup minyak melati dapat mempengaruhi aktivitas gelombang otak, meningkatkan emosi positif termasuk perasaan bahagia, sejahtera, aktif, segar dan romantis serta memperbaiki suasana hati.¹²

Pada hasil riset yang lain dijelaskan bahwa minyak aromaterapi dari *Foeniculum vulgare/ Fennel/* Adas mengandung antioksidan, pemberi rasa pada makanan, substansi galactagogue yang berfungsi untuk meningkatkan pasokan susu dari ibu menyusui, sebagai aphrodisiac yang dapat meningkatkan libido, sebagai diuretic, antioksidan, anti kanker, anti-inflamasi dan anelgesik, obat untuk kolik anak dan sebagai anti spasmodic.¹³⁻¹⁵

Pemijatan yang dikombinasikan dengan aromaterapi juga sangat bermanfaat. Pijat aromaterapi merupakan teknik relaksasi yang efektif untuk mengurangi kecemasan dan stres, dan bermanfaat bagi sistem kekebalan tubuh.¹⁶

Berdasarkan deskripsi di atas menunjukkan bahwa pijat merupakan salah satu cara tradisional masyarakat Indonesia disertai penggunaan

aromaterapi yang secara medis juga memberi manfaat untuk kesehatan dalam mengurangi tingkat stres serta menurunkan kadar interleukin 6 dalam darah, maka peneliti melakukan penelitian dengan judul “Pengaruh pijat aromaterapi terhadap tingkat stres dan kadar interleukin-6 ibu postpartum primipara di Kota Semarang.”

B. PERUMUSAN MASALAH

1. Rumusan masalah umum :

Apakah pijat aromaterapi berpengaruh terhadap tingkat stres dan kadar interleukin 6 ibu post partum primipara di Kota Semarang?

2. Rumusan masalah khusus :

- a. Apakah pijat berpengaruh terhadap tingkat stres ibu postpartum primipara di Kota Semarang?
- b. Apakah aromaterapi berpengaruh terhadap tingkat stres ibu postpartum primipara di Kota Semarang?
- c. Apakah pijat aromaterapi berpengaruh terhadap tingkat stres ibu postpartum primipara di Kota Semarang?
- d. Apakah terdapat perbedaan pengaruh antara ibu yang diberi perlakuan pijat, aromaterapi, pijat aromaterapi serta pada kelompok kontrol terhadap tingkat stres ibu postpartum primipara di Kota Semarang?
- e. Apakah pijat berpengaruh terhadap perubahan kadar Interleukin-6 ibu postpartum primipara di Kota Semarang?

- f. Apakah aromaterapi berpengaruh terhadap kadar Interleukin-6 ibu postpartum primipara di Kota Semarang?
- g. Apakah pijat aromaterapi berpengaruh terhadap perubahan kadar Interleukin-6 ibu postpartum primipara di Kota Semarang?
- h. Apakah terdapat perbedaan pengaruh antara ibu yang diberi perlakuan pijat, aromaterapi, pijat aromaterapi serta pada kelompok kontrol terhadap perubahan kadar Interleukin-6 ibu postpartum primipara di Kota Semarang?

C. TUJUAN PENELITIAN

1. Tujuan Umum

Membuktikan pengaruh pijat aromaterapi terhadap tingkat stres dan kadar Interleukin-6 ibu postpartum primipara di Kota Semarang.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengetahui pengaruh pijat terhadap tingkat stres ibu postpartum primipara di Kota Semarang.
- b. Mengetahui pengaruh aromaterapi terhadap tingkat stres ibu postpartum primipara di Kota Semarang.
- c. Mengetahui pengaruh pijat aromaterapi terhadap tingkat stres ibu postpartum primipara di Kota Semarang.

- d. Mengetahui perbedaan tingkat stres ibu postpartum primipara yang mendapatkan perlakuan pijat, aromaterapi, pijat aromaterapi serta pada kelompok kontrol di Kota Semarang.
- e. Mengetahui pengaruh pijat terhadap kadar Interleukin-6 ibu postpartum primipara di Kota Semarang.
- f. Mengetahui pengaruh aromaterapi terhadap kadar Interleukin-6 ibu postpartum primipara di Kota Semarang.
- g. Mengetahui pengaruh pijat aromaterapi terhadap kadar Interleukin-6 ibu postpartum primipara di Kota Semarang.
- h. Mengetahui perbedaan kadar interleukin-6 ibu postpartum primipara yang mendapatkan perlakuan pijat, aromaterapi kombinasi pijat dengan aromaterapi serta pada kelompok kontrol di Kota Semarang.

D. MANFAAT PENELITIAN

1. Manfaat Teoritis

- a. Penelitian ini dapat menjadi referensi tentang terapi alternatif non farmakologi untuk mencegah terjadinya stres dan terjadinya inflamasi.

2. Manfaat Praktis

a. Program Studi

Sebagai bahan untuk penelitian lebih lanjut mengenai pengaruh pijat untuk mencegah terjadinya stres dan inflamasi pada ibu postpartum.

b. Masyarakat

Menambah pengetahuan masyarakat mengenai pengaruh pijat untuk mencegah terjadinya stres dan inflamasi pada ibu postpartum.

c. Peneliti

Menambah wawasan tentang pengaruh pijat aromaterapi terhadap pencegahan stres dan terjadinya inflamasi.

d. Tenaga Kesehatan

Sebagai tambahan ilmu baru mengenai terapi non farmakologis sebagai asuhan kebidanan holistik yang kemudian dapat diaplikasikan kepada ibu postpartum.

E. KEASLIAN PENELITIAN

Beberapa penelitian secara jelas dapat dilihat pada tabel di bawah ini :

Tabel 1.1 : Daftar Penelitian Sebelumnya

No.	Judul /Peneliti/ Tahun	Variabel	Desain	Hasil Penelitian
1.	<i>The effects of jasmine oil inhalation on brain wave activities and emotions</i> Winai et al., 2013. ⁸	<p>Variabel independen: <i>Jasmine oil inhalation</i></p> <p>Variabel dependen: Status aktivitas gelombang otak dan emosi Subjek : 10 laki-laki and 10 perempuan berusia antara 18 - 32 tahun dengan BMI antara 18-25 kg/m²</p> <p>Perbedaan : Pada penelitian ini variabel independennya adalah pijat, aromaterapi dan kombinasi pijat aromaterapi, variabel dependennya adalah tingkat stres dan kadar interleukin 6 dan subjek penelitiannya adalah ibu postpartum primipara</p>	<p><i>Eksperiment</i></p> <p>Perbedaan : Pada penelitian ini menggunakan <i>quasi eksperiment design</i> dengan rancangan <i>non equivalent control group design</i></p>	<p>Hasil studi menjelaskan bahwa minyak melati memiliki efek stimulasi pada fungsi sistem saraf, dengan menghirup minyak melati dapat mempengaruhi aktivitas gelombang otak, meningkatkan emosi positif termasuk perasaan bahagia, sejahtera, aktif, segar dan romantis serta memperbaiki suasana hati.</p>

2.	<i>Immunologic al and Psychologica l Benefits of Aromatherap y Massage</i> Hiroko K.et all.2005 ¹²	<p>Variabel Independen: <i>Aromatherapy massage</i></p> <p>Variable Dependen: <i>Psychological and immunological</i></p> <p>Subjek: Karyawan dan siswa dari Universitas Kyoto Prefectural</p> <p>Perbedaan : Pada penelitian ini variabel independennya adalah pijat, aromaterapi dan kombinasi pijat aromaterapi, variabel dependennya adalah tingkat stres dan kadar interleukin 6 dan subjek penelitiannya adalah ibu postpartum primipara</p>	<p><i>Eksperiment pre and post test Control GroupDesign</i></p> <p>Perbedaan : Pada penelitian ini menggunakan <i>quasi eksperiment design</i> dengan rancangan <i>non equivalent control group design</i></p>	Hasil ini menunjukkan bahwa pijat aromaterapi adalah teknik relaksasi yang berharga untuk mengurangi kecemasan dan stres, serta bermanfaat bagi sistem kekebalan tubuh..
3.	<i>Cortisol decreases and serotonin and dopamine increase following massage therapy/ Field T,</i>	<p>Variabel independen : • <i>massage therapy</i></p> <p>Variabel dependen • Kadar kortisol • kadar serotonin • kadar dopamin</p> <p>Subjek :</p>	<p><i>Eksperimen. Design. Pretest-Posttest Control Group Design.</i></p> <p>Perbedaan : Pada penelitian ini menggunakan</p>	<i>Massage therapy</i> dapat menurunkan kadar kortisol rata- rata 31 % dan meningkatkan kadar serotonin rata- rata 28% dan dopamin rata- rata 31 % pada beberapa subjek penelitian

hernandez/ 2005 ⁶	<ul style="list-style-type: none"> • ibu hamil yang mengalami depresi • ibu postpartum dengan depresi • bayi yang lahir dari ibu yang mengalami depresi • Anak-anak dengan depresi • Post trauma pada anak-anak 	<i>quasi eksperiment design</i> dengan rancangan <i>non equivalent control group design</i>
	<p>Perbedaan</p> <p>Pada penelitian ini variabel independennya adalah pijat, aromaterapi dan kombinasi pijat aromaterapi, variabel dependentnya adalah tingkat stres dan kadar interleukin 6 dan subjek penelitiannya adalah ibu postpartum primipara</p>	
4. <i>The Inflammatory & Neurodegenerative (I&ND) hypotesis of depression; leads for future researsch and new drug</i>	<p>Variabel independen: <i>inflammatory & neuro degenerative</i></p> <p>Variabel dependen: Depresi</p> <p>Subjek : Pasien dengan depresi</p>	<p><i>Eksperimen</i></p> <p>Perbedaan : Pada penelitian ini menggunakan <i>quasi eksperiment design</i> dengan rancangan <i>non equivalent control group</i></p> <p>Proses <i>inflammatory dan neurodegeneratif (I & ND)</i> memainkan peran penting dalam depresi. Beberapa inflammatorycytokines, kerusakan oksigen radikal, biomarker neurodegenerative dan catabolites triptofan telah dibentuk pada pasien dengan depresi. Hipotesis sitokin menganggap bahwa faktor eksternal, misalnya stresor</p>

<i>developments in depression.</i> Maes et al. 2009 ⁴	Perbedaan Pada penelitian ini variabel independennya adalah pijat, aromaterapi dan kombinasi pijat aromaterapi, variabel dependennya adalah tingkat stres dan kadar interleukin 6 dan subjek penelitiannya adalah ibu postpartum primipara	<i>design</i>	psikososial, dan stressor internal misalnya gangguan inflamasi organik atau kondisi, seperti masa postpartum, dapat memicu depresi melalui proses inflamasi
---	---	---------------	---

F. RUANG LINGKUP

1. Ruang lingkup waktu

Penelitian dilaksanakan pada bulan September- Desember 2015.

2. Ruang lingkup tempat

Penelitian ini dilakukan di Kota Semarang.

3. Ruang lingkup materi

Bidang kajian yang diteliti yaitu tentang manfaat pijat yang dikombinasikan dengan aromaterapi terhadap pencegahan terjadinya stres dan perubahan kadar interleukin-6 pada ibu postpartum primipara.